



# 彩橋

本通訊旨在加強衛生署學生健康服務和學校之溝通。二零一四年十二月 第六十五期 衛生署學生健康服務出版

## 編者的話



青少年是未來社會的主人翁，他們的教育特別受到社會各界關注。性教育乃全人教育中的一部分，家庭、學校以至政府都有責任幫助他們在這瞬息萬變的社會中建立一套正面的性觀念。衛生署學生健康服務青少年健康服務計劃透過「性教育工作坊」之專題活動，為同學提供一系列課程，希望同學認識性之餘也學習正確的價值觀。今期《彩橋》會以「性教育工作坊」課程為主題，簡單介紹課程內容及分享老師與同學對「性教育工作坊」的意見。



編輯委員會：何振聯醫生、陳淑儀護士、蔡賽鳳護士、黃桂群護士、陳海茵護士

電話：2349 4212 / 3163 4600 傳真：2348 3968

網頁：[www.studenthealth.gov.hk](http://www.studenthealth.gov.hk)

英文版刊載於網頁上 English version is available on our web site.



# 健康專題：

## 理念：

衛生署學生健康服務 青少年健康服務計劃

「性教育工作坊」提供的性教育並不是狹隘地局限於探討生理層面的知識，也包括心理及社交方面。生理層面的知識包括生殖系統、成長變化、性病的認識等；心理方面包括個人的價值觀發展、對戀愛或性行為的認識和抉擇等不同題目；社交方面包括人際溝通和性道德等不同課題。性教育的目的，是希望令青少年：

- 
- (一) 擁有正確的性知識，從而認識及適應成長中生理、心理轉變所引起的困擾和憂慮，使更能接受自我及建立自信；
  - (二) 學會尊重及愛護自己和別人；
  - (三) 培養健康的性態度，對性行為負責任，避免做出傷害自己及他人的行為，減少一些因「性」而造成的社會問題；
  - (四) 培養分析及確立價值取向的能力。



## 課程發展

衛生署學生健康服務於二零零一年開創了「青少年健康服務計劃」，除了基本生活技巧「成長新動力」課程外，還有多個不同系列的專題課程，「性教育工作坊」是其中最受學校歡迎的系列。這套教材當中有大部份篇章都經過多番修訂，以配合不斷改變的社會及不同學校的需要。最新修訂的系列由原來的七個篇章增添至八個篇章，包括：『青春期的轉變』、『友情與愛情（一）』、『友情與愛情（二）』、『性在有愛』、『寧缺勿濫』、『避無可避』、『性騷擾』及『色情文化』。隨著多媒體不斷的發展，我們亦希望課程能與時並進，故大部分的篇章均加有短片播放，希望能令課程內容更吸引。以下是「性教育工作坊」八個篇章的簡介：



# [性教育工作坊] 課程

## 課程內容

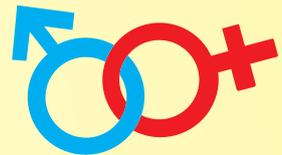


### 性教育工作坊 (一) 『青春期的轉變』

本節適合初中同學。大部份同學於小學階段已認識了青春期的轉變，故本節重點是其適應方法。導師首先會透過問答比賽形式，測試同學對青春期的身體轉變的認知，並作出補充及澄清，令同學更深入了解青春期的轉變。其後透過播放短片及小組討論，讓同學學習處理和適應青春期的轉變。

### 性教育工作坊 (二) 『友情與愛情』

青少年步入青春期，對異性產生好奇是正常的事，學習分辨「友情」和「愛情」，有助建立正確及健康的兩性關係。『友情與愛情 (一) 和 (二)』兩篇內容大致相約，但 (二) 會較深入討論拍拖問題。



#### 『友情與愛情 (一)』

本節適合初中的同學。導師透過三個不同形式的活動讓同學認識友情與愛情的分別，學習與異性相處的態度及技巧，以及了解戀愛前應考慮的因素。



#### 『友情與愛情 (二)』

本節的三個活動如同探索愛情路線的發展。活動「知己情人」先讓同學了解友情與愛情的異同。活動「似霧迷離」讓同學認識若將友情和愛情混淆，可能會引起的問題及其處理方法。最後，活動「清醒時分」以急口令比賽讓同學認識急於拍拖常引起的問題及拍拖前需仔細考慮自己的付出和可能得到的結果。

拍拖是沒有一定的年齡標準，兩個篇章都強調開始拍拖前需審慎考慮，談戀愛不只是兩個人行街食飯這麼簡單，亦需要有一定程度的情緒管理、解決問題和自律的能力，避免因拍拖而忽略其他方面的發展，讓彼此能在互相關愛下健康成長。適合戀愛與否視乎個人思想上之準備，及處理問題之能力。



### 性教育工作坊 (三) 『性在有愛』

本節的目的是讓同學認識性與愛的關係，並學習處理性衝動的方法。課堂先以討論形式，與同學探討性與愛的意義和關係。然後透過故事，帶領同學認識及學習處理性衝動，同時了解性行為帶來的後果。不少人面對性要求時，內心會有矛盾：若拒絕對方的要求，害怕會損害對方自尊心，破壞彼此關係；若答應對方的要求，自己又不大情願。最後，導師透過角色扮演，讓同學學習拒絕性行為的方法。如時間許可，導師亦會播放短片提供一些拒絕方法讓同學參考。

# 健康專題：



## 性教育工作坊 (四) 『寧缺勿濫』

這節的主旨是讓同學認識性濫交所引致的後果，並帶出安全性行為的重要。導師首先會透過遊戲令同學了解性病擴散的嚴重程度；再透過故事，帶出性濫交的後果。性濫交其中一個後果是感染性病，導師會介紹三至五種較常見性病的病徵及併發症，並同時展示各種性病圖片。另一後果是懷孕，導師會帶領同學分析未婚懷孕引起的問題及了解在性行為前審慎考慮的重要。如時間許可會播放短片以輔助解說。「潔身自愛、不要濫交」是本篇給予同學的金石良言。



## 性教育工作坊 (五) 『避無可避』

同學在上本節之前，必須先參與「性教育工作坊」的課節(三)或(四)，以清楚認識性與愛的關係和性衝動的處理或性行為及性濫交所帶來的嚴重後果等基本的性知識，明白不應隨意進行性行為。這節目的是讓青少年認識一些常用避孕方法及其局限，並且明白安全套除可減少懷孕機會外，還可減低感染愛滋病和性病的機會，可用作保護身體及未來家庭計劃之用。導師會利用陰莖模型，向同學講解和示範使用男用安全套的方法，然後讓同學分組實習，以便他們學習正確使用男用安全套的技巧。



## 性教育工作坊 (六) 『性騷擾』

『性騷擾』的主旨是讓同學認識性騷擾的行為及其處理方法。導師會與同學公開討論，澄清同學對性騷擾的謬誤。然後利用短片，讓同學認識性騷擾的定義、原因及影響。最後，同學透過不同的情景討論，學習處理性騷擾的方法。本節除了讓同學認識性騷擾和學會保護自己，同時更希望同學於兩性之間建立一個良好及平等的關係。

## 性教育工作坊 (七) 『色情文化』

香港色情媒介的滲透已到了無孔不入的地步，不斷荼毒青少年，而內裡所鼓吹的性意識大為扭曲，故青少年若深信不疑，後果堪虞。加上不斷發生的名人不雅照片和影片事件，引起社會不少討論，『色情文化』更加成為一個熱門課題。



# [性教育工作坊] 課程

在這篇章中，導師會先與同學公開討論，令同學了解色情的含義及色情資訊的泛濫。然後作分組討論，讓同學認識傳媒鼓吹的歪曲性意識及這些意識對青少年可造成甚麼影響。最後透過情景討論，令同學學習抗拒歪曲性意識，尊重自己及異性，並建立正確的性態度。

八個篇章可為同學提供了知識、價值觀、態度及技巧三個不同層面的教育。而根據本部門統計顯示，「寧缺勿濫」、「避無可避」及「性在有愛」是最受學校歡迎的課題。

## 挑戰



時代不斷轉變，科技日新月異，要趕上這個急促轉變的社會絕不容易。我們在設計「性教育工作坊」內容時，同樣面對很多困難及挑戰。例如社會道德觀念改變、多媒體學習的迅速發展等。

在推行「性教育工作坊」期間，我們亦曾遇到不少的障礙。由於大多學校的學術課程緊迫，因此可用作教授性教育的時間相對減少。有些學校會以各種不同原因避免一些較敏感的題目，如避孕、安全套的使用等；同時有些家長認為子女可能因此被教壞，對推行性教育形成一股阻力。其實根據研究顯示，正確和綜合性的性教育，包括討論安全套和其他避孕方法，不但不會鼓吹婚前性行為，反而可延遲第一次性行為的年齡、減低濫交和不安全性行為的機會，家長和老師不必擔心正確的性教育會帶來負面影響。

## 總結

現時本港年青一代對性的態度較前開放，而且接觸色情媒體的情況日趨普遍。為了避免這些色情媒體對青少年的不良影響，使他們有足夠的性知識和正確的態度，青少年健康服務計劃的同事會緊守崗位，希望與家長和學校携手，採取積極的態度去肩負起灌輸正確性教育的責任，從而提供一個正面的指引，協助這群未來社會主人翁去處理有關「性」的問題。

參考資料：



1. 教育局 (2013) 擷取自網頁 <http://www.edb.gov.hk/tc/index.html>
2. 香港家庭計劃指導會 (2014) 擷取自網頁 <http://www.famplan.org.hk/sexedu/B5/>
3. Baldo M, Aggleton P, Slutkin G. Does Sex Education Lead to Earlier or Increased Sexual Activity in Youth? Geneva: World Health Organization, 1993.
4. UNAIDS. Sexuality Education Leads to Safer Sexual Behavior. New York: UNAIDS, 1997.
5. Douglas B. Kirby. The Impact of Abstinence and Comprehensive Sex and STD/HIV Education Programs on Adolescent Sexual Behavior. Sexuality Research & Social Policy, Vol. 5, No. 3 September 2008

# 彩橋 Blog

今期我們邀請了曾參與「性教育工作坊」  
的同學及老師分享他們對課程的意見：

同學 對課程的意見：

- 令我明白太熱心對待異性可能令對方誤會。
- 能用「急口令」的有趣方式助我們認清急於拍拖的壞處。
- 有助了解更多處理性衝動的方法。
- 充分地說明了性與愛的分別，並提出了不同的方法避免發生性行為。
- 有角色扮演，令同學有更深刻的印象。
- 有趣，利用多媒體教授。
- 護士把性與愛說得非常清楚。
- 熱身遊戲找人簽名，藉此帶出的訊息清晰，容易明白。
- 教導了性的正確觀念。
- 可以令我知道濫交的後果，相片具阻嚇作用。



# 彩橋 Blog

## 老師 對課程的意見：

- 相信學生有很大得著，謝謝！
- 講解清晰、明白，學生容易掌握。
- 學生較有興趣一些個案及真實事例，圖片對學生較有震撼性，但部分同學會較內斂。
- 有關「性病介紹」部分具阻嚇性。
- 欣賞一些臨床實際案例分享。
- 護士引用醫院所見的個案，對學生有警剔作用，好！
- 讓學生參與試用避孕套，能加深學生記憶。
- 學生反應好，願意參與。導師經驗豐富及善於溝通。對中學生來說，是有價值，有意義的經驗。
- 很互動，有關援交的一節做得很好。



# 健康小先鋒

小先鋒看見威威在電腦屏幕前面露尷尬的神情，便上前問威威……

威威，  
你瀏覽這網站想知道什麼訊息呢？



我其實想從這個網站了解一下和異性相處的技巧。



網上確實有很多相關的資訊，  
但不是所有都是正確的。

哦！有什麼方法可幫到我？



老師說下星期有衛生署青少年健康服務計劃的護士來學校做性教育工作坊，不如留心專題課程內容啦！一定幫到你了解更多！



如欲查詢有關學生健康上的問題，歡迎與健康通訊站聯絡。  
電郵地址：[shsbridge@dh.gov.hk](mailto:shsbridge@dh.gov.hk)

